

Ismailov Murodulla Kaxramonovich,

Termiz davlat universiteti pedagogika va ijtimoiy ish kafedrası dotsenti, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

ORCID: 0009-0003-8309-1488

BO'LAJAK IJTIMOYIY ISH XODIMLARIDA SANOGEN REFLEKSIYANI RIVOJLANTIRISHNING KOGNITIV XUSUSIYATLARI

Maqolada sanogen tafakkur muammosiga doir tadqiqot ishlari mazmuni yoritilgan hamda bo'lajak ijtimoiy ish xodimlarida sanogen refleksiyani rivojlantirish muammosining dolzarbligi asoslangan. Shuningdek, sanogen refleksiyaning metakognitiv funksiyalari ajratib ko'rsatilgan.

Tayanch so'z va iboralar: sanogen tafakkur, patogen tafakkur, sog'lom fikrlash, sanogen va patogen refleksiya, kognitiv yondashuv, metakognitiv funksiya.

КОГНИТИВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ РАЗВИТИЯ САНОГЕННОЙ РЕФЛЕКСИИ У БУДУЩИХ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ

В статье освещено содержание исследования проблемы саногенного мышления и обоснована актуальность проблемы развития саногенной рефлексии у будущих социальных работников. Также выделены метакогнитивные функции саногенной рефлексии.

Ключевые слова и фразы: саногенное мышление, патогенное мышление, здоровое мышление, саногенно-патогенная рефлексия, когнитивный подход, метакогнитивная функция.

COGNITIVE CHARACTERISTICS OF THE DEVELOPMENT OF SANOGENIC REFLECTION IN FUTURE SOCIAL WORKERS

The content of research on the problem of sanogenic thinking is highlighted in the article and the relevance of the problem of developing sanogenic reflection in future social workers is based on. Metacognitive functions of sanogenic reflection are also highlighted.

Key words and phrases: sanogenic thinking, pathogenic thinking, healthy thinking, sanogenic and pathogenic reflection, cognitive approach, metacognitive function.

KIRISH.

Dunyoda oliy ta'lim tizimidagi muhim strategik o'zgarishlar qatorida talaba yoshlarda sanogen tafakkurni rivojlantirishning pedagogik-psixologik mexanizmlarini takomillashtirish, uning kreativ, modulli, refleksiv texnologiyalarini ishlab chiqish bilan bog'liq qator ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Ayniqsa, bo'lajak ijtimoiy ish xodimlarida sanogen refleksiyani tarkib toptirishning pedagogik mexanizmlarini takomillashtirish, sanogen fikrlashini faollashtirish orqali kasbiy faoliyatga tayyorgarlik darajasini oshirish, SMSC (Spritual – ma'naviy, Moral – axloqiy, Social – ijtimoiy, Cultural – madaniy) strategiyasi [3] asosida akmeshaxsni shakllantirishning samarali texnologiyalarini ishlab chiqishga katta e'tibor qaratilmoqda.

Shu nuqtai nazardan, bo'lajak ijtimoiy ish xodimlarida sanogen tafakkurni rivojlantirishning tarkibiy komponentlari va uning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlashtirish, bunda fanlararo integrativ va kognitiv-emotiv yondashuvlar uyg'unligini ta'minlash, ijtimoiy fanlarni o'qitish jarayonida sanogen tafakkurni rivojlantirishning diagnostik tizimi va uning pedagogik modelini ishlab chiqish muhim dolzarblilik kasb etadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI.

An'anaga ko'ra, psixologiya va pedagogikada tafakkur jarayoni mazmuni ma'lum bir muammoni hal qilishga qaratilgan aqliy harakatlar majmui sifatida izohlanadi. Shuningdek,

42 fikrlash jarayonining tashqi voqea-hodisalar bilan bog'liqligi qoida sifatida belgilangan. Biroq, ichki muammolar, masalan, kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyatsizlik, shaxslararo munosabatlar, shaxsiy va ijtimoiy-psixologik to'siqlar bilan bog'liq turli xil holatlar inson uchun ko'proq ahamiyatga ega. Shuning uchun ham shaxsda bu kabi salbiy holatlarni oldini olish va bartaraf etishga doir fikrlash ko'nikmalarini shakllantirish muhim hisoblanadi. Ammo muammo shundaki, ta'lim jarayonida bunday fikrlash ko'nikmalari o'rgatilmaydi. Bundan tashqari, ko'pincha o'qituvchilarning o'zi ichki nizolarni yengishga qodir bo'lmagan insonlar sifatida namoyon bo'lishadi. Shu sababli ta'lim muassasalarida qulay shart-sharoitlar yaratish zarur bo'lib, unda ta'lim oluvchilarning fikrlash faoliyatini jonlantiradigan, ichki ziddiyatni bartaraf etadigan, ijobiy munosabatni shakllantirishga xizmat qiladigan yangicha fikrlash tarzini o'zlashtirishi lozim. Ilmiy adabiyotlarda bunday fikrlash shakli "sanogen fikrlash" yoki "sanogen refleksiya", deb nomlanadi.

So'ngi yillarda inson tafakkurini shakllantirish va rivojlantirish masalasi psixologiya va pedagogika fanlarida ilmiy jihatdan keng o'rganiladigan, tadqiqotlar va tortishuvlarga sabab bo'ladigan muammoga aylandi. Quyida tadqiqotchi olimlarning sanogen tafakkur muammosini o'rganish doirasida olib borgan ilmiy ishlari natijalarini keltirib o'tamiz.

Sanogen fikrlash mazmunini tizimli va keng mashtabda o'rgangan olim Yu.M.Orlovning fikriga ko'ra, " ... sanogen (sog'lom) tafakkurning asosiy vazifasi shaxsning o'z-o'zini takomillashtirish maqsadlariga erishishi uchun qulay shart-sharoitlarni yaratishdan iborat bo'lib, u insonda shaxsiy xususiyat va sifatlar uyg'unligi, o'zi va atrof-muhit bilan uyg'unlik, yomon odatlarni yo'q qilish, hissiyotlarni boshqarish va nazorat qilish ko'nikmasi sifatida namoyon bo'ladi". Shaxsda ichki nizolarni, hissiy zo'riqishni kamaytiradigan, kognitiv to'siqlarni bartaraf etishga xizmat qiluvchi, salomatlikni ta'minlovchi tafakkur shakli sifatida Yu.M.Orlov "sanogen", ya'ni "sog'lom fikrlash"ni taklif qiladi. Aksincha, madaniyat talablari bilan dasturlashtirilgan, reproduktiv, avtomatizm bilan boshqariladigan, xato tasavvurlar ta'sirida bo'lgan oddiy stereotip fikrlashni patogen (nosog'lom, zararli), ya'ni kasallikni keltirib chiqaradigan fikrlash [6, 14-15 b.], deb ataydi.

Sanogen tafakkur (lotincha: "*sanus*" – sog'lom va yunon tilida – "*genezis*" - rivojlanish) his-hayajon, ichki kechinmalar, fikrlarni va emotsiyalarni boshqaruvchi, sog'lomlashtiruvchi tafakkur.

Patogen tafakkur bu insonning salomatligiga zarar yetkazuvchi salbiy qarashlar yig'indisi bo'lib, u shaxsning o'z-o'zi va shaxslararo munosabatlar jarayonida vujudga keladigan emotsional beqarorlik va ichki nizolarning mavjudligi bilan izohlanadi.

Inson nafaqat o'z xatti-harakatlarini, his-tuyg'ularini nazorat qilishi, balki muayyan qoidalarga muvofiq fikrlash tarzini ham nazorat qila olishi lozim. Mazkur yondashuvdan kelib chiqqan holda fikrlashning ikki turi ajratib ko'rsatilmoqda: sanogen va patogen fikrlash.

Psixologiya, tibbiyot va pedagogika sohasidagi mutaxassislar insonda sanogen tafakkurni shakllantirish va rivojlantirish bilan bog'liq ko'plab savollarga javob topishga harakat qilishmoqda. Yu.M.Orlov, S.N.Morozyuk [4], A.Hilman [2] kabi hamdo'stlik va rivojlangan mamlakatlar olimlari o'z tadqiqot ishlarida fikrlash jarayonining psixologik xususiyatlari, sanogen fikrlashning ijtimoiy mazmuni va mustaqil ravishda fikrlash qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik va psixologik asoslarini tadqiq qilish bilan bog'liq o'z ilmiy tadqiqot ishlarida alohida e'tibor qaratishgan.

Tadqiqot muammosiga doir ilmiy manbaalarda sanogen va patogen tafakkur mazmuni quyidagicha izohlangan:

- sanogen fikrlash ichki nizo, zo'riqish va xavotirni kamaytirib, fikrlarni, his-tuyg'ularni, ehtiyoj va istaklarni boshqarishga imkon beradi;

- patogen fikrlash bu muayyan faoliyat davomida yuzaga keladigan muammolarni noto'g'ri aks ettirishdir. Shuningdek, faoliyat jarayonida asossiz refleksiv stereotiplardan foydalanish (O.S.Grebenyuk va T.B.Grebenyuk);

- sanogen fikrlash aqliy faoliyatning xilma-xilligi va mustaqilligini ta'minlash vositasi bo'lib, sanogen tafakkur shaxs xavotirlanish ko'rsatkichlarining barqaror normallashtirishida,

shaxsiy xususiyatlarni sezilarli darajada korrektsiyalashda hamda subyektiv nazorat darajasining kuchli o'sishida namoyon bo'ladi (A.B.Rossoxin);

- o'zaro ijtimoiy munosabatlar jarayonida insonlarning ma'lum bir tarzda to'g'ri harakat qila olmasliklari, subyektlarning kutilgan va haqiqiy xatti-harakatlari o'rtasida hamda bir-birini tushinishdagi nomuvofiqliklar jiddiy qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. ushbu muammolarni sanogen refleksiya orqali bartaraf etish mumkin (L.A.Kananchuk).

Sanogen fikrlash ko'nikmasining rivojlanganligi asosan quyidagi holatlarda yaqqol namoyon bo'ladi. Bular: 1) salbiy fikrlar va hissiy kechinmalarning mustaqil nazorat qilinishi; 2) o'z-o'zini tahlil qilish va imkoniyatlarini to'g'ri baholash, ya'ni shaxsiy refleksiyaning ustuvorligi; 3) hissiy-emotsional jihatdan barqarorlik; 4) muammolarni konstruktiv hal etish, shuningdek fikrlashdagi stereotiplik va patogenlik (nosog'lom) xususiyatlarini kamaytirish; 5) fikrlashdagi refleksivlik va o'z-o'zini rivojlantirishga nisbatan ehtiyojning yuqoriligi.

Sanogen tafakkurni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik muammolarini tadqiq etgan Z.A.Abduraxmonovanning fikricha, sanogen tafakkurni rivojlantirish fikrlashdagi refleksivlik va o'z-o'zini rivojlantirishga nisbatan ehtiyojning yuqoriligi bilan belgilanib, o'smir yoshdagi o'quvchilarda sog'lom tafakkurni rivojlantirish shaxs xususiyatlari va xulq-atvoriga ta'sir etuvchi ko'rsatkichlar – ta'lim jarayoni, shaxslararo munosabatlar, kasbiy kamolot kabi ijtimoiy omillar bilan bog'liq [1, 34-b.].

Shunday qilib, sanogen refleksiya insonning ichki dunyosida o'zini o'zgartirish, o'z-o'zini tarbiyalash, o'z-o'zini rivojlantirish, bunda fikriy jarayonlarni boshqarish va nazorat qilishda ratsional hamda emotsional yondashuv uyg'unligini ta'minlashdan iborat. Shuningdek, "sanogen refleksiya" mavjud bilimlar asosida mushohada yuritish, yangiliklarni, g'oyalarni, yangi bilimlarni anglash va muammolarni hal etishda eng to'g'ri va samarali yo'lni topishga yordam beradi.

Insonning atrof-muhitni idrok etish jarayonini kuzatish asosida uning sanogen yoki patogen (nosog'lom) refleksiv ko'nikmalarini tadqiq etish mumkin. Fikrlashning patogenligi shundaki, insonning salomatligiga zarar yetkazuvchi salbiy qarashlar yig'indisi bo'lib, u shaxsning o'z-o'zi va shaxslararo munosabatlar jarayonida vujudga keladigan emotsional beqarorlik va nizolar bilan izohlanadi. Shu jihatdan bo'lajak ijtimoiy ish xodimlarida sanogen refleksiyani rivojlantirishning kognitiv yondashuv xususiyatlarini o'rganish lozim.

ASOSIY QISM.

Bugungi kunga kelib bilish jarayonlari, tafakkur xususiyatlari, borliqni idrok qilish muammolari yuzasidan kognitiv psixologiya yangi fan sohasi sifatida o'zida katta tajribalarni to'pladi. "Kognitiv" termini lotincha so'zdan olingan bo'lib, "bilim", "bilish" degan ma'nolarni anglatadi va kognitiv yondashuv vakillari tomonidan eng ko'p tilga olinadigan tushuncha hisoblanadi. Kognitiv yondashuvning asosiy xususiyati - bu inson ruhiyati va tafakkurini dunyoni bilish jarayonida shakllanadigan muayyan tizimlar to'plami sifatida tahlil qilishdan iborat. Shundan kelib chiqib, kognitiv yondashuv vakillari bilish jarayonlari va usullariga alohida e'tibor qaratishadi.

Kognitiv tizim yoki kognitiv tuzilma (lotincha: cognition – idrok, tasavvur qilish, tahlil qilish) – xarakter, tarbiya, umummadaniyat ta'siri, ijtimoiy tajribalarni o'zlashtirish hamda atrofdagi dunyoni aks ettirish natijasida inson ongida rivojlangan bilimlar tizimi [7, 183-b.]. Kognitiv tizimga asoslanib inson maqsadlarni belgilaydi hamda muayyan bir vaziyatda qanday harakat qilish usullarini tanlaydi va qarorlar qabul qiladi, mavjud bilim va tajribalarga qarama-qarshi bo'lgan holatlardan uzoqlashishga (kognitiv dissonans) harakat qiladi. Bularning barchasi inson miyasida sodir bo'ladi. Birinchi (ong, bilish jarayonlari, fikrlash) va ikkinchi signallar (til, nutq) tizimi kognitiv tuzilmaning asosi sifatida belgilanadi.

Kognitivizm - bu psixologiya fanining alohida tarmog'i bo'lib, aqliy (fikriy) jarayonlarni o'rganishga doir yondashuv hisoblanadi. Ta'kidlash mumkinki, o'rganishning mohiyati ma'lumotlarni qabul qilish, qayta ishlash va undan foydalanish jarayoni bilan belgilanadi. Bularning majmui esa inson tafakkurini hosil qiladi. Shundan kelib chiqib, kognitivist olimlar

44 tafakkurni ichki jarayon, jumladan xotira, fikrlash, mulohaza yuritish, abstraksiya, motivatsiya hamda tashqi (meta-bilish) jarayon sifatida izohlashadi.

ILMIY MULOHAZA

Ilmiy manbalarda kognitiv tizimga xos quyidagi xususiyatlar ajratib ko'rsatiladi: - ekspressivlik - til va nutq vositasida fikriy jarayonlarning amalga oshirilishi va so'zlashuv qobiliyatiga egalik; - samaradorlik - amaliy muammolarni tez va samarali hal etishga yo'naltirish; - algoritmik - bilish jarayonlarining muayyan tizim asosida kechishi, o'zaro aloqadorlik va ketma-ketlikka asoslanganlik; - analiz qilish qobiliyati - tizimning xususiy va umumiy darajalarda o'rganib chiqishi; - moslashuvchanlik [5, 75-b.].

Kognitiv yondashuvdan kelib chiqib aytish mumkinki, talabalar tomonidan sanogen refleksiya o'ld ko'nikmalarini o'zlashtirish faoliyatiga quyidagilar ta'sir qiladi:

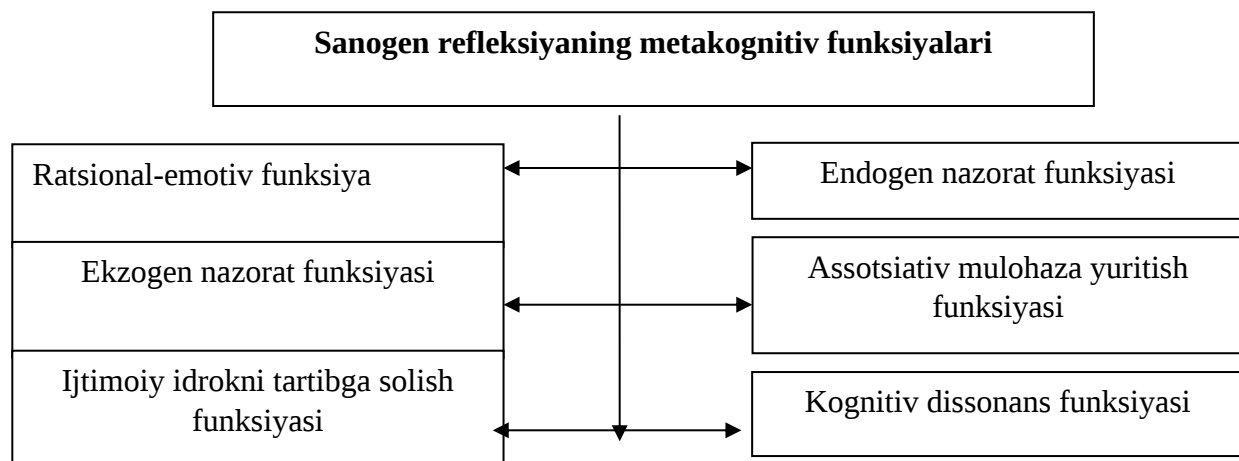
- *fikrlash jarayonlari* - ma'lumotlarni qabul qilish, tartibga solish, kodlash, tahlil qilish, saqlash;

- talabalarining avvalgi bilimlari va e'tiqodlari, munosabat va qadriyatlar tizimining barqarorligi;

- *avtomatizm* - yangi axborot va aqliy faoliyat strategiyalarini qayta ishlash ko'nikmalarining rivojlanganlik darajasi.

Ushbu ta'sir etuvchi omillar metakognitiv jarayonning tarkibiy elementlari sifatida belgilanadi. Metakognitivizm bu keng ma'noda insonning o'z fikrlari va qarashlari haqida o'ylaydigan, nazorat qiladigan oliy bilish jarayoni bo'lib, har bir shaxsning o'z aqliy imkoniyatlarini to'g'ri baholashi va bilishi, kognitiv strategiyalardan xabardorligi bilan izohlanadi.

Kognitiv yondashuv va tafakkurning triarxik modeliga tayangan holda sanogen refleksiyaning quyidagi metakognitiv funksiyalari ajratib ko'rsatiladi (Rasmga qarang).



Rasm. Sanogen refleksiyaning metakognitiv funksiyalari¹

Sanogen refleksiyaning metakognitiv funksiyalari mazmuni quyidagilardan iborat:

1) *ratsional-emotiv funksiya* - aqliy jarayon va hissiy holatlarning uyg'unligini ta'minlash, ularning bir-biri bilan uzviy bog'liqligini va "teskari aloqa"ga ega ekanligini tushunishdan iborat;

2) *ekzogen (ichki) nazorat funksiyasi* - ichki hissiy kechinma va aqliy jarayonlarni nazorat qilish vazifasi bo'lib, "pastdan yuqoriga" qarab ishlaydi. Sanogen tafakkurning ushbu funksiyasi yo'naltiruvchi refleksiya hamda "pop-out effekti"ni beradi. ichki kechinmalar, xohish-istaklar, motivlar yig'indisi yo'naltiruvchi refleksiya sifatida namoyon bo'lsa, pop-out effekti esa muayyan faoliyat turini bajarish va fikrlar xilma-xilligini ta'minlovchi shaxsning ichki imkoniyatlari va kuch-quvvatini o'zida aks ettiradi;

3) *endogen nazorat funksiyasi* - yuqoridan pastga qarab ishlaydi va insonning o'zini-o'zi nazorat qilishning yuqori darajasi bo'lib, fikrlash jarayonlarining ratsionallashtirishini ta'minlashdan

iborat bo'lib, bu esa insonga sodir bo'layotgan voqea-hodisalarni va o'zini tashqi tomondan adekvat baholashni amalga oshirish imkoniyatini taqdim etadi;

4) *assotsiativ mulohaza yuritish funksiyasi* - ushbu vazifaning mazmuni o'zlashtirilgan tajribalarga asosanib mulohaza yuritish, xulosalarni ishlab chiqish, yangi o'zlashtirilayotgan faoliyat ko'nikmalarining avvalgilari bilan bog'liqligini ta'minlashdan iborat. Bunda fikrlash ongli mulohazalar va xulosalarga asosanib, ratsional yoki irratsional ko'rinish kasb etishi mumkin.

5) *ijtimoiy idrokni tartibga solish funksiyasi* – ijtimoiy hayotda sodir bo'layotgan voqea-hodisalar mohiyatini tushunish, kelib chiqish sabablarini aniqlash imkonini beradi. Chunki, yangi ijtimoiy ma'lumot va tajribalarni o'zlashtirish hamda qayta ishlash qobiliyatiga ega bo'lgan talabalar ijtimoiy jihatdan maqbul xulq-atvor va faoliyat namunalarini tez-tez namoyon etishi mumkin;

6) *kognitiv dissonans funksiyasi* – qarama-qarshi va salbiy xarakterga ega bo'lgan holat va voqea-hodisalardan uzoqlashish.

Xullas, inson hissiyotlari va fikriy mulohazalarini birlashtiruvchi "kognitiv halqa" mavjud bo'lib, unga ko'ra, salbiy hissiyotlar negativ fikrlarga olib keladi va o'z navbatida hissiy kechinmalarining tezligini kuchaytiradi. Shu bilan birga, ijobiy hissiy kechinmalar pozitiv fikrlarni faollashtiradi.

XULOSA.

Demak, sanogen refleksiya ham fikrlash jarayonlarini, ham hissiy holatlarni aks ettirish, nazorat qilish, boshqarish, ularning o'zaro bog'liqligi va adekvatligini ta'minlashga xizmat qiluvchi, shuningdek, aniq faktlarga tayanib xulosa chiqarish hamda ratsional-emosiv, ekzogen, endogen, to'g'ri mulohaza yuritish, ijtimoiy idrokni tartibga solish, kognitiv dissonansni amalga oshirish imkonini beruvchi unitar (birlashgan) tafakkur turi sifatida belgilanib, metakognitiv xususiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abduraxmonova Z.A. O'smir yoshdagi o'quvchilarda sanogen tafakkurni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari: Psix.fan.bo'y.falsafa dok. (PhD) diss. ...avtoref. – Toshkent, 2020. – 48 b. - 34 b.
2. Hilman A. Yu. (2017) *Psychological conditions for the formation of the sanogenic thinking of student youth: author's abstract. dis. ...* Candidate psychological Sciences: 19.00.07, National University of Ostroh Academy, Ostroh, 20 p.
3. John Viner. Providing for Pupils' SMSC Development: Identify opportunities and implement a whole school strategy. – UK, Optimus education. - 2013
4. Морозюк С.Н. Акцентуаци характера и саногенная рефлексия. Монография. – М., 2013 – 243 с.
5. Демьянков В. З. Когнитивная система. Краткий словарь когнитивных терминов / Под общей редакцией Е.С. Кубряковой. - Москва: Филологический факультет МГУ им. М.В. Ломоносова, 1996. - С.74-76
6. Орлов Ю.М. Оздоровляющее (саногенное) мышление / составитель А. В. Ребёнок. Серия: Управление поведением, кн.1. — Издание 2-е изд., исправленное. - М.: Слайдинг, 2006. - 14-15 б.
7. Хомякова Е.Г. Информационная-когнитивная система и её актуализация в языке // Коммуникация и образование. Сборник статей. - Под ред. С.И.Дудника. - СПб.: Санкт-Петербургское философское общество, 2004. - С.180-197. – с.183